



Svetlana KARBANOV
Responsable Régionale du DRA GR
Et toute l'Equipe Technique Régionale
GR des Hauts-de-France

Aux

Présidents et entraîneurs des sections GR
des clubs des Hauts de France

Cysoing, le 23 septembre 2022

Regroupement régional DRA du 22.10.2022

Date de stage : 22 octobre 2022

Lieu de stage : Calais salle "Delphine Ledoux", Rue Raymond POINCARE 62100 CALAIS

Les horaires du stage : 9h30 -17h30

Accueil à partir de 9h15

Les gymnastes concernées :

- 1 Toutes les gymnastes nées en 2012 - 2013 et inscrites dans la catégorie nationale 10 – 11 ans
- 2 Les gymnastes nées en 2012, 2013 et 2014 avec motivation et envie de progresser

Déroulement du stage :

9h30-12h30 échauffement, travail corporel

13h30-14h00 échauffement

14h00-17h30 travail des difficultés corporelles avec les engins et travail technique à l'engin

La présence des entraîneurs des gymnastes est obligatoire.

Les frais de l'encadrement ETR sont à la charge du Comité Régional.

Le transport reste à la charge des clubs ou des parents

Responsable du stage : Svetlana KARBANOV
sveta.s.a@mail.ru

Prévoir un pique-nique pour le midi (micro-onde disponible sur place ainsi) que de l'eau et « la collation du sportif ».

Sportivement

Svetlana KARBANOV



Comité Régional de Gymnastique des Hauts-de-France
125 Route de Gruson 59830 Cysoing
Tel : 0320562839 @ contactffgymhdf@orange.fr
Site : <http://hauts-de-france.fgym.fr/>